Sándwich de Pollo a la Barbacoa

Meal Components: Grains, Meat / Meat Alternate

Sandwiches, F-02

Ingredients	24 Porciones		48 Porciones		Directions
	Weight	Measure	Weight	Measure	
*Cilantro fresco, en cubos de 1/4"	4 oz	1 tza	8 oz	2 tza	<ol style="list-style-type: none"> 1. En una olla, sofría el cilantro y las cebollas en aceite hasta que estén blandos, alrededor de 5 minutos.
*Cebolla fresca, picada	4 oz	2/3 tza	8 oz	1 1/3 tza	
O	O		O		
Cebolla deshidratada		1/4 tza 2 cdas		3/4 tza	
Aceite vegetal		1 cda 1 cdta		2 cdas 2 cdtas	
Salsa de tomate enlatada	1 lb 10 oz	3 tzas	3 lb 4 oz	1 cuarto gl 2 tzaas	<ol style="list-style-type: none"> 2. Añada la salsa de tomate, azúcar morena, salsa Worcestershire, mostaza, vinagre, y sal de ajo a las verduras. Llévelo a punto de ebullición sobre calor medio. Reduzca el calor y hiérvalo descubierto por 15 minutos.
azúcar morena compacta		2 cdas		1/4 tza	
Salsa Inglesa "Worcestershire"		1 1/2 cdta		1 cda	

Vinagre blanco		1/4 tza 2 cdas	3/4 tza	
Sal de ajo		1 cda	2 cdtas	
*Pollo o pavo cocido, picado	2 lb 8 oz		4 lb 12 oz	3. Añada el pollo o pavo y revuélvalo para mezclarlo. Hiérvalo por 30 minutos. CCP: Calientelo a 165°F.
Bollos de hamburguesa fortificados (por lo menos de 1.8 oz cada uno)		12	24	4. CCP: Manténgalo a 140°F o más caliente para servirlo. Usando una cuchara servidora No. 8 (1/2 tza), distribuya la mezcla del pollo o pavo sobre la mitad inferior del bollo de hamburguesa. Cúbralo con la otra mitad. Corte cada sándwich por la mitad.

Notas

* Vea la Guía de Mercado

Marketing Guide		
Food as Purchased for	24 Porciones	24 Porciones
Apio	5 oz	10 oz
Cebollas maduras	5 oz	10 oz
Pollo, entero, sin cuello ni menudillos.	7 lb	13 lb 4 oz
O	O	O
Pavo, entero, sin cuello ni menudillos	5 lb 6 oz	10 lb 2 oz

Serving	Yield	Volume
½ sándwich provee 1 ½ oz de ave cocida, ? taza de vegetales, y el equivalente a 1 rodaja de pan.	24 Porciones: 3 lb 13 oz (relleno)	24 Porciones: 3 cuartos gl (relleno)
	48 Porciones: 7 lb 10 oz (relleno)	48 Porciones: 1 galón 2 cuartos gl (relleno)

--

Nutrients Per Serving

Calorías	171	Grasa saturada	1 g	Hierro	2 mg
Proteínas	15 g	Colesterol	40 mg	Calcio	45 mg
Carbohydrate	15 g	Vitamina A	331 IU	Sodio	433 mg
Grasa total	5 g	Vitamina C	5 mg	Fibra dietetica	1 g